



Sopocka Szkoła Wyższa

UNIwersytet TRZECIEGO WIEKU

Program zajęć dla seniorów

Opracowanie:

dr Anna Szymczak prof. nadzw. SSW
dr inż. arch. Grzegorz Pęczek

„Akademia Rozwoju”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach
Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój

1. Wstęp

Od kilku lat w Polsce obserwuje się ciągły dynamiczny wzrost udziału ludności w wieku poprodukcyjnym (ponad 6 mln.) w ogólnej liczbie ludności. Jednocześnie wydłuża się średnia długość życia mężczyzn do 74 roku i kobiet do 81 roku. Wydłużanie się czasu trwania życia spowodowane jest zmianą jego stylu oraz postępowaniem cywilizacyjnym i technologicznym. Ponadto wiek emerytalny osiągnęły roczniki boomu powojennego co wpłynęło na skalę tego zjawiska. Na tym tle ważnym zadaniem społecznym powinna być nie tylko troska o dalsze wydłużanie życia, ale również podejmowanie takich działań, które będą sprzyjać pomyślnemu starzeniu się rozumianemu jako osiągnięcie wieku starości z wysoką sprawnością umysłową i fizyczną, utrzymaną aktywnością życiową oraz aktywnością w sferze kontaktów społecznych i towarzyskich. W procesie starzenia się istotne znaczenie ma również sfera oddziaływań zewnętrznych, do których zalicza się m.in. styl życia, sposób odżywiania, środowisko życia i czynniki psychospołeczne. Na proces pomyślnego starzenia się wpływają różne formy aktywności. Należy podkreślić, że aktywność jest zdolnością do intensywnego działania, która stwarza szansę na kontaktowanie i porozumiewanie się z innymi ludźmi, co ma szczególne znaczenie w wieku starszym. Aktywność umożliwia zaspokojenie potrzeb biopsychospołecznych, daje poczucie satysfakcji. Jest warunkiem odgrywania ról społecznych, funkcjonowania w grupie, w społeczeństwie. Brak aktywności może powodować samotność, izolację społeczną, postępującą niesprawność, a nawet przedwczesną umieralność wśród osób w starszym wieku.

2. Potrzeby społeczne uzasadniające konieczność prowadzonych zajęć

Amerykański gerontolog – Clark Tibbitts stworzył klasyfikację psychospołecznych potrzeb seniorów. Mieści się ona w dziesięciu punktach:

1. potrzeba wykonywania społecznie użytecznych działań
2. potrzeba uznania za część społeczeństwa, społeczności i grupy oraz odgrywania w nich określonej roli
3. potrzeba wypełnienia zwiększonej ilości czasu wolnego w satysfakcjonujący sposób
4. potrzeba utrzymywania normalnych stosunków towarzyskich
5. potrzeba uznania jako jednostki ludzkiej
6. potrzeba stwarzania okazji i sposobności dla autoekspresji
7. potrzeba odpowiedniej stymulacji psychicznej i umysłowej
8. potrzeba ochrony zdrowia i dostępu do opieki zdrowotnej
9. potrzeba odpowiednio ustalonego trybu życia i utrzymania stosunków z rodziną
10. potrzeba duchowej satysfakcji

Potrzeby te zajmują różne miejsca w hierarchii każdego seniora, niemniej jednak niezaspokojenie ich grozi u wszystkich podobnymi skutkami, do których należą: poczucie

bezsensowności, niepokój, bezsenność, chwiejność emocjonalna, agresja, a nawet: depresja i choroby psychiczne.

Aktywni seniorzy w opinii Światowej Organizacji Zdrowia mają mniej odczuwalne deficyty zdrowia i większą sprawność psychofizyczną. Regularna aktywność przyczynia się do opóźnienia demencji, choroby Alzheimera i wielu innych chorób o charakterze przewlekłym. Ponadto aktywni seniorzy to osoby posiadające większą zdolność i chęć do pracy, wnoszące istotny wkład w rozwój społeczeństwa. Wyniki badań amerykańskiej Fundacji Mac-Arthura wskazują, że na około 70% procesów związanych ze starzeniem się oraz etapem życia zwanym starością można wywierać pozytywny wpływ, a starość może być zdrowa i dająca zadowolenie seniorowi.

Aktywność podejmowana w wieku senioralnym spełnia wiele funkcji:

- psychospołeczną: prowadzi do poprawy jakości życia, umożliwia odczuwanie satysfakcji życiowej i podnosi autorytet jednostki.
- integracyjną: prowadzi do integracji w grupie, do której należą ludzie starsi, i uzupełnia różne braki,
- adaptacyjną: pomaga w lepszym przystosowaniu się osób starszych do życia w nowej sytuacji społecznej i rodzinnej,
- kształcącą: pomaga rozwijać i doskonalić cechy oraz predyspozycje osobowościowe,
- rekreacyjno-rozrywkową: likwiduje stres, przywraca chęć do życia, wypełnia czas wolny,

Seniorzy, uczestnicy projektu „Akademia Rozwoju” poprzez udział w zaplanowanych zajęciach nabędą szereg kompetencji społecznych, umiejętności oraz wzbogacą swoją wiedzę w wielu obszarach tematycznych.

1. Rozwój kompetencji społecznych:

- umiejętność pracy w zespole,
- lepsze przygotowanie do dalszego życia,
- umiejętność radzenia sobie w trudnych sytuacjach,
- propagowane idee rozwoju przez całe życie,
- rozwijanie umiejętności kreatywnego myślenia,
- zwiększanie motywacji do podejmowania aktywności,
- poczucie własnej wartości, przynależności, realizowania planów życiowych,
- przystosowanie do zmieniających się warunków oraz oczekiwań społecznych i własnych możliwości

2. Potrzeby społeczne otoczenia/środowiska:

- wyrównanie szans w podejmowaniu działalności,
- umiejętność radzenia sobie w stresujących sytuacjach,
- integracja w grupie
- potrzeba wykonywania społecznie użytecznych działań
- zwiększanie ilość programów i ośrodków zajmujących się aktywizacją osób starszych,
- tworzenie sytuacji dydaktycznych wspierających konstruktywizm.

3. Podniesienie wiedzy merytorycznej:

- odkrywanie i rozwijanie indywidualnych zainteresowań,
- stymulowanie procesów wyobraźni i twórczego działania

Seniorzy, będą mogli rozwijać swoje kompetencje społeczne, umiejętności oraz swoją wiedzę wybierając jedną z trzech ścieżek edukacyjnych i/ lub ścieżkę fakultatywną.

1. Ścieżka kompetencji cyfrowych zawierająca zajęcia

- Zostań mistrzem social media
- W cyfrowym obiektywie

2. Ścieżka kompetencji architektonicznych zawierająca zajęcia

- Zaprojektuj swój wymarzony salon ogrodowy
- Architektura współczesna

3. Ścieżka kompetencji artystycznych zawierająca zajęcia

- Warsztaty plastyczne

4. Ścieżka fakultatywna

- Wycieczka śladami modernizmu. Gdynia, Warszawa, Wrocław, Katowice
- Historia sztuki współczesnej

3. Ramowy plan zajęć z uwzględnieniem liczby godzin, potrzebnych materiałów, narzędzi

Moduł	Przedmioty	Liczba godzin zajęć	Narzędzia i materiały
ZAPROJEKTUJ SWÓJ WYMARZONY SALON OGRODOWY	Historia sztuki ogrodowej	8	literatura rośliny ozdoby sprzęt florystyczny narzędzia florystyczne
	Projektowanie przestrzeni ogrodowej (projektowanie, zasady, kompozycja, dobór roślinności i małej architektury)	8	
	Florystyka (projektowanie kompozycji florystycznych)	7	
ARCHITEKTURA WSPÓŁCZESNA	Seminarium dyskusyjne z rozwoju architektury współczesnej (XX/XXI wiek) wybrane zagadnienia	8	Literatura narzędzia materiały
	Ćwiczenia manualne - budowa makiet wybranego obiektu architektury modernistyczne	8	

ZOSTAŃ MISTRZEM SOCIAL MEDIA	Zajęcia z Facebook, YouTube Instagram, blogi, fora społecznościowe	10	laboratorium komputerowe
W CYFROWYM OBIEKTYWIE	podstawy fotografii, obsługa sprzętu zajęcia z fotografowania, Photoshop cyfrowa obróbka zdjęć	8 7 8	Sprzęt fotograficzny Laboratorium komputerowy Oprogramowanie
WARSZTATY PLASTYCZNE	wykład wprowadzający rzeźba/mydło filc mydło wiklina hooked róże bransoletka	2 4 4 4 4 4 4 4	materiały narzędzia pracownia malarsko rzeźbiarska i projektowa
HISTORIA SZTUKI WSPÓŁCZESNEJ	wykład, obserwacja	10	praca w terenie
WYCIECZKA ŚLADAMI MODERNIZMU. GDYNIA, WARSZAWA, WROCŁAW, KATOWICE	wykład, obserwacja	4 dni	praca w terenie autokar

4. Metody pracy

Podające:

- Pogadanka
- Opis
- Elementy wykładu

Praktyczne:

- Metody projektu
- Zabawy i gry integracyjne
- Prezentacja

Problemowo-aktywizacyjne:

- Dyskusja
- Burza mózgów
- Ćwiczenia praktyczne
- Doradztwo indywidualne

**PROGRAM KSZTAŁCENIA DLA MODUŁU
UNIwersytet TRZECIEGO WIEKU
KOMPETENCJE CYFROWE**

I. OGÓLNE INFORMACJE

NAZWA ŚCIEŻKI	KOMPETENCJE CYFROWE
KOORDYNATOR	<u>dr inż. arch. Grzegorz Pęczek/ dr Anna Symczak</u>
NAZWISKA PROWADZĄCYCH	mgr Joanna Pietrzak, mgr Jacek Jarczyński, mgr Mariusz Kowalik

II. INFORMACJE O MODULE

<i>Liczba godzin ogółem</i>	23	<i>wykłady</i>	3	<i>ćwiczenia</i>	20	<i>inne</i>	
Cel zajęć	<p>Zapoznanie się z oprogramowaniami oraz przenośnymi dyskami pamięci. Dowiedzą się, jak obsługiwać program do obróbki zdjęć. Nauczą się również, jak robić korektę fotografii przez wydrukowaniem. Słuchacze będą również potrafili przygotować pokaz zdjęć oraz eksperymentować z fotografiami.</p> <p>Rozwijanie umiejętności posługiwania się social mediami: facebook, youtube, instagram, portale sprzedażowe</p> <p>Zapoznanie słuchaczy z podstawowymi zagadnieniami teoretycznymi związanymi z fotografią. Wykonanie szeregu ćwiczeń warsztatowych tak aby słuchacze nabyli podstawowych umiejętności dotyczących obsługi sprzętu, wykonania zdjęć oraz ich obróbki.</p>						
Sposób realizacji zajęć	warsztaty wizyty studyjne konsultacje indywidualne						
przedmioty	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zostań mistrzem social media 2. W cyfrowym obiektywie 3. Warsztaty fotograficzne 						
Tematyka zajęć	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zostań mistrzem social media <ul style="list-style-type: none"> • korzyści z posiadania profili w social mediach • zagrożenia związane z posiadaniem kont na profilach społecznościowych • zakładanie profili • potencjał social mediów • narzędzia do obsługi social mediów • zakładanie profili na kontach społecznościowych • tworzenie postów, dodawanie znajomych, • tworzenie stron oraz wydarzeń 						

	<ul style="list-style-type: none"> • wyszukiwanie informacji i wydarzeń, • tworzenie galerii • posługiwanie się portalami sprzedażowymi, olx • wyszukiwanie informacji na youtube <p>2. W cyfrowym obiektywie</p> <ul style="list-style-type: none"> • zasoby komputera, • legalne, darmowe oprogramowanie, • zapoznanie się z dyskami przenośnymi, • darmowy program do obróbki zdjęć, • korekta zdjęć – podstawy, • korekta obrazu, korekta kontrastu. • jak eksperymentować z fotografiami, • retusz obrazu – retusz a stylizacja • podstawy przygotowania obrazu - opcje zapisu dokumentów w różnych formatach • pokaz własnych fotografii. • Zamieszczanie zdjęć na mediach społecznościowych <p>3. Warsztaty fotograficzne</p> <ul style="list-style-type: none"> • historia fotografii • różne nurty i formy fotografii • podstawy technologii (rodzaje sprzętu fotograficznego oraz proces powstawania zdjęcia) • kompozycja kadru • ustawianie ekspozycji • portret • głębia ostrości • pejzaż • fotografia obiektu sztuki • podstawowa obróbka zdjęć
Metody dydaktyczne	<p>Metody podawcze,</p> <p>Dyskusja,</p> <p>Obserwacja</p> <p>Plener fotograficzny</p>
Literatura podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Vandome Nick, <i>Fotografia cyfrowa dla seniorów</i>. Seria praktyk Helion 2011 2. Materiał i wiedza ze szkolenia Facebook Pro – Social media Now 3. M. Langford, A. Fox, R.S. Smith, <i>Fotografia według Langforda</i>, Warszawa 2012
Literatura uzupełniająca	<ol style="list-style-type: none"> 1. Webinaria 2. Ch. Cotton, <i>Fotografia jako sztuka współczesna</i>, Kraków 2009 3. U. Czartoryska, <i>Fotografia – mowa ludzka</i>, Gdańsk 2006

III. EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA MODUŁU I SPOSÓB ICH WERYFIKACJI

	<i>Nazwa poznanego efektu kształcenia</i>	<i>Metody weryfikacji efektu kształcenia</i>
<i>Wiedza</i>	<p>Uczestnicy poznają obsługę programów do korekty zdjęć.</p> <p>Korzyści z posiadania profili w social mediach</p> <p>Zagrożenia związanych z posiadaniem kont na profilach społecznościowych</p> <p>Umiejętność zakładania profili</p> <p>Obsługiwanie narzędzi z zakresu social mediów</p> <p>Zna podstawy historii i teorii fotografii,</p> <p>zna budowę aparatu fotograficznego i rodzaje obiektywów. Zna proces powstawania zdjęcia</p> <p>Wie na co zwrócić uwagę przy zakupie aparatu, jak przygotować go do pracy,</p> <p>Wie jak zrobić interesujące zdjęcie, a następnie je wydrukować</p>	<p>Obserwacja</p>
<i>Umiejętności</i>	<p>Tworzenia własnych fotografii.</p> <p>Ulepszania zdjęć w programach komputerowych</p> <p>Używania programów do obróbki zdjęć</p> <p>Drukowania zdjęć</p> <p>Umieszczania zdjęć na portalach internetowych</p> <p>Zakładanie profili na kontach społecznościowych</p> <p>Tworzenie postów, dodawanie znajomych,</p> <p>Tworzenie stron oraz wydarzeń na profilach</p> <p>Wyszukiwanie informacji i wydarzeń</p> <p>Tworzenie galerii na profilu</p> <p>Posługiwanie się portalami sprzedażowymi, olx</p> <p>Wyszukiwanie informacji na youtube</p>	<p>Obserwacja</p> <p>dyskusja</p> <p>podsumowująca</p>

Kompetencje społeczne	Kompetencje cyfrowe – obsługa komputera, aparatów cyfrowych, portali społecznościowych Samodzielność przy obsłudze profili społecznościowych, Nabycie pewności przy podejmowaniu działań związanych z komputerem i social mediami korzystanie z informacji - poprawne wyszukiwanie i wykorzystywanie informacji i ocena jej wiarygodności kreatywne korzystanie z mediów - tworzenie i prezentowanie własnej twórczości w mediach Bezpieczeństwo – dbanie o anonimowość, prywatność i zasady bezpiecznego korzystania z mediów Zarządzanie swoim wizerunkiem i informacjami o sobie Praca w grupie Umiejętność dyskusji	obserwacja
------------------------------	---	------------

PROGRAM KSZTAŁCENIA DLA MODUŁU

UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

KOMPETENCJE ARCHITEKTONICZNE

I. OGÓLNE INFORMACJE

NAZWA ŚCIEŻKI	KOMPETENCJE ARCHITEKTONICZNE
KOORDYNATOR	<u>dr inż. arch. Grzegorz Pęczek/ dr Anna Symczak</u>
NAZWISKA PROWADZĄCYCH	Mgr Aneta Lewonik, inż. arch. Baaske Magdalena, dr hab. inż. arch. Katarzyna Rozmarynowska, prof. SSW, dr inż. arch Grzegorz Pęczek, mgr inż. arch Dawid Chojnacki

II. INFORMACJE O MODULE

<i>Liczba godzin ogółem</i>	<i>39</i>	<i>wykłady</i>	<i>5</i>	<i>ćwiczenia</i>	<i>34</i>	<i>inne</i>	
<i>Cel zajęć</i>	<ul style="list-style-type: none"> Zapoznanie z historią ogrodów, podstawowymi zasadami kompozycji oraz rodzajami roślin i ich zastosowaniem w przestrzeni. Tworzenie bardzo prostych roboczych makiet architektonicznych na bazie rysunków prowadzącego, z użyciem papieru, nożyków, kleju jak i klocków lego. Ponadto wytworzenie w nim wrażliwości związanej z postrzeganiem obiektów architektury modernistycznej w różnej skali oraz zrozumienie wagi jakości przestrzeni. Zapoznanie słuchaczy z podstawowymi zagadnieniami dotyczącymi rozwoju architektury współczesnej. Wykonanie zestawu ćwiczeń warsztatowych związanych z identyfikacją zagadnień architektury współczesnej. 						
<i>Sposób realizacji zajęć</i>	<ul style="list-style-type: none"> warsztaty wizyty studyjne konsultacje indywidualne ćwiczenia praktyczne 						
<i>przedmioty</i>	<ol style="list-style-type: none"> Projektowanie przestrzeni ogrodowej Florystyka Budowa makiet wybranych obiektów architektury modernistycznej Seminarium dyskusyjne z rozwoju architektury współczesnej (XX/XXI wiek) wybrane zagadnienia 						
<i>Tematyka zajęć</i>	<ol style="list-style-type: none"> Projektowanie przestrzeni ogrodowej <ol style="list-style-type: none"> historia sztuki ogrodowej sztuka ogrodowa style i kompozycje ogrodu przydomowego perspektywa i jej rodzaje 						

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Florystyka <ul style="list-style-type: none"> • sposoby wykonywania kompozycji • opis roślin i ich zastosowanie • wykonywanie kompozycji np. wieńce, bukiety 3. Budowa makiet wybranych obiektów architektury modernistycznej <ul style="list-style-type: none"> • klasyfikacja makiet architektonicznych • znaczenia skali • narzędzia niezbędne do sprawnego wykonywania makiet. • tworzenie makiet roboczych poszczególnych obiektów z rozróżnieniem materiałów wykorzystanych do ich wykonania. • tworzenie makiety otoczenia, dające możliwość weryfikacji projektu do warunków zastanych. • układanie z klocków lego poszczególnych, faktycznych obiektów architektury światowej. 4. Seminaria dyskusyjne z rozwoju architektury współczesnej (XX/XXI wiek) wybrane zagadnienia <ul style="list-style-type: none"> • zarys historii architektury powszechnej • wprowadzenie do architektury współczesnej • najważniejsze nurty architektury współczesnej <ul style="list-style-type: none"> - modernizm - postmodernizm - dekonstruktywizm - parametryzm (cyfrowa architektura parametryczna) • identyfikowanie pojęć związanych z architekturą współczesną i ich merytoryczne powiązania z ilustracjami przykładów projektów i realizacji architektonicznych
<p><i>Metody dydaktyczne</i></p>	<p>Metody podawcze, Obserwacja Ćwiczenia praktyczne dyskusja</p>
<p><i>Literatura podstawowa</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Podstawy architektury krajobrazu cz.1 cz.2 praca zbiorowa Hortopes 2. ABC florystyki Anna Nizińska 3. Wejchert Kazimierz, Elementy kompozycji urbanistycznej., Arkady, 1984 P. Gossel, G. Leuthhauser, „Architektura XX wieku”, Taschen, 2006.
<p><i>Literatura uzupełniająca</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Projektowanie ogrodu John Brooks 2. Czasopisma ogrodnicze- działkowiec Katarzyna Pluta, 3. Przestrzenie publiczne miast europejskich. 4. Projektowanie urbanistyczne., Politechnika Warszawska, 2011 5. Polecane czasopisma branżowe: “Architektura-Murator“ 6. „Modern Architecture”, Thames&Hudson, 1992

III. EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA MODUŁU I SPOSÓB ICH WERYFIKACJI

	<i>Nazwa poznanego efektu kształcenia</i>	<i>Metody weryfikacji efektu kształcenia</i>
Wiedza	<p>Zna zasady projektowania i kompozycji ogrodu</p> <p>Określa styl ogrodu</p> <p>Zna podstawy perspektywy jednozbiegowej</p> <p>Zna wady i zalety kompozycji, hodowli roślin i ich pielęgnacji</p> <p>Kursant uzyskuje podstawową wiedzę na temat kompozycji w przestrzeni.</p> <p>Kursant uzyskuje wiedzę w materii operowania skalą.</p> <p>Kursant poznaje rodzaje makiet, materiały, techniki oraz narzędzia do ich tworzenia.</p> <p>Identyfikuje najważniejsze style, nurty i kierunki w architekturze współczesnej</p> <p>Rozumie uwarunkowania kulturowe budowy formy i funkcji obiektów architektonicznych</p>	<p>Obserwacja</p> <p>Obserwacja dokonań</p>
Umiejętności	<p>Potrafi wykonać szkic koncepcyjny ogrodu przydomowego</p> <p>Wykonuje rysunek w perspektywie jednozbiegowej</p> <p>Wykorzystuje wiedzę komponując ozdoby florystyczne</p> <p>Posługuje się terminologią florystyczną</p> <p>Kursant samodzielnie tworzy różne rodzaje makiet.</p> <p>Kursant sprawnie operuje narzędziami używanymi do tworzenia makiet.</p> <p>Kursant potrafi ocenić czy stworzone przez siebie makiety wpisują się w zastane otoczenie.</p> <p>Rozpoznaje rozwiązania architektoniczne wybranych obiektów i potrafi zidentyfikować nurt architektoniczny</p> <p>Poddaje krytyce rozwiązania architektoniczne</p> <p>Orientuje się w uwarunkowaniach kulturowych współczesnej architektury</p>	<p>Obserwacja</p> <p>dyskusja</p> <p>podsumowująca</p>
Kompetencje społeczne	<p>Praca w małym zespole, organizacja stanowiska pracy</p> <p>Kursant sam organizuje sobie warsztat pracy w sposób, który najlepiej wpływa na jego efektywną pracę przy budowaniu makiet.</p> <p>Kursant analizuje potrzebne mu komponenty do sprawnej pracy i efektownego przedstawienia zbudowanej makiety.</p> <p>Wyraża swoje opinie w sposób krytyczny z poszanowaniem odmiennych opinii</p>	<p>obserwacja</p>

PROGRAM KSZTAŁCENIA DLA MODUŁU

UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

KOMPETENCJE ARTYSTYCZNE

I. OGÓLNE INFORMACJE

NAZWA ŚCIEŻKI	KOMPETENCJE ARTYSTYCZNE
KOORDYNATOR	<u>dr inż. arch. Grzegorz Pęczek/ dr Anna Symczak</u>
NAZWISKA PROWADZĄCYCH	Mgr Monika Szczukiewicz

II. INFORMACJE O MODULE

<i>Liczba godzin ogółem</i>	<i>30</i>	<i>wykłady</i>	<i>2</i>	<i>ćwiczenia</i>	<i>28</i>	<i>inne</i>	
<i>Cel zajęć</i>	Celem prowadzonych zajęć jest rozwijanie umiejętności manualnych, poszerzania wiedzy artystycznej, kreatywności, samodzielności intelektualnej. Angażowanie się w życie swojej grupy oraz życie kulturalne. Wyrabianie tolerancji i otwartości wobec innych osób, wiary w swoje możliwości, wewnętrznej motywacji do stawiania celów i pokonywania wszelkich trudności. Treningu umiejętności pracowania nad własnym rozwojem stawiając sobie cele oraz pracowanie w zespole. Poszukiwanie nowych technik, eksperymentowanie, wyrażanie siebie poprzez sztukę i naukę.						
<i>Sposób realizacji zajęć</i>	<ul style="list-style-type: none"> • podstawowe pojęcia plastyczne- pogadanka, formułowanie przykładów, • formułowanie celów – burza mózgów, • umiejętności praktyczne podczas wykonywania zadań plastycznych- praca indywidualna oraz w grupach, • samodzielne wyjaśnianie, tłumaczenie pojęć plastycznych, praca w grupach 						
<i>przedmioty</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. „Architektura współczesna”- rzeźba w mydle. 2. „Filc”- biżuteria „na mokro”. 3. „Mydło - kolorowy prezent”. 4. „Wiklina papierowa”- serce, gwiazda, choinka, koszyk, biżuteria. 5. „Hooked”- kolorowa biżuteria. 6. „Róże nie róże”. 7. „Bransoletka z makramy”. 						
<i>Tematyka zajęć</i>	<p style="text-align: center;">WARSZTATY PLASTYCZNE</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. „Architektura współczesna”- rzeźba w mydle. <p>Większość kamieni jest zbyt twarda do obrobienia, jeśli się nie ma specjalnych narzędzi, zatem jeśli seniorzy chcą spróbować rzeźbić powinni zacząć od miękkiego</p>						

	<p>materiału, takiego jak mydło.</p> <p>2. „File”- biżuteria „na mokro”.</p> <p>Seniorzy nauczą się krok po kroku wykonywać z wełny czesankowej broszkę oraz dreda. Technika filcowania „na mokro” jest jedną z ciekawszych i efektownych form rękodzielniczych.</p> <p>3. „Mydło - kolorowy prezent”.</p> <p>Uczestnicy samodzielnie wykonają zestaw ozdobnych mydeł z naturalną niespodzianką (np. kawą, rozmarynem). Kolorowe i pachnące mydełka ozdobnie zapakują - będą one idealnym prezentem dla bliskich.</p> <p>4. „Wiklina papierowa”- serce, gwiazda, choinka, koszyk, biżuteria.</p> <p>Zajęcia polegające na wykorzystaniu taniego materiału, jakim jest kartka papieru lub gazeta, w niestandardowy sposób. Stworzymy elementy dekoracyjne na zbliżające się święta, a nawet biżuterię, którą można podarować bliskiej osobie.</p> <p>5. „Hooked”- kolorowa biżuteria.</p> <p>Uczestnicy wykonają bransoletkę, naszyjnik i koszyk z recyklingowej taśmy bawełnianej. Osoby, które do tej pory uważały, że szydełko nie jest dla nich, zmienią zdanie. Niezwykle prosty i efektowny materiał do pracy twórczej, i świetna zabawa.</p> <p>6. „Róże nie róże”.</p> <p>Wykonanie rozbudowanych bukietów z liści klonu, które po odpowiednim złożeniu imitują prawdziwe róże, to nie łatwe zadanie. Seniorzy spróbują je wykonać, ty samym stworzą nietypowy romantyczny bukiet pełen zapachu jesieni i ulotnego nastroju tej pory roku.</p> <p>7. „Bransoletka z makramy”.</p> <p>Technikę makramy można wykorzystać na wiele sposobów. Podczas warsztatów uczestnicy przygotowują ozdobną bransoletkę.</p>
<p>Metody dydaktyczne</p>	<p>Metody podawcze, Obserwacja Ćwiczenia praktyczne dyskusja</p>
<p>Literatura podstawowa</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Makramy. Sploty i węzły (okładka miękka), Opracowanie zbiorowe Wydawnictwo RM 2008 2. File. Biżuteria i akcesoria, Enderlen-Debuisson Marie, Wydawnictwo RM, 2016 3. Rzeźbię w mydle. ASMR satysfakcja i relaks, Sone Makiko, Wydawnictwo: Grupa Wydawnicza K.E.Liber 2019 4. Twoja biżuteria, Tołoczko Joanna , Syndoman Piotr, Wydawnictwo Buchmann, 2013
<p>Literatura</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. „Sztuka i Ty”, Anthea Peppin,Hellen Wiliams, Wydawnictwo: WSiP

<i>uzupełniająca</i>	<ol style="list-style-type: none"> 2. „Sztuka i czas. Od prehistorii do rokoka”, Barbara Osińska, Wydawnictwo: WSiP 3. „Sztuka świata”, praca zbiorowa, Wydawnictwo: Arkady 4. „1001 Budynków Które Musisz Zobaczyć”, Mark Irving, Wydawnictwo: Elipsa, Publicat
----------------------	---

III. EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA MODUŁU I SPOSÓB ICH WERYFIKACJI

	<i>Nazwa poznanego efektu kształcenia</i>	<i>Metody weryfikacji efektu kształcenia</i>
Wiedza	<p>Dzięki zajęciom seniorzy zdobędą wiedzę nt.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • podstawowych technik plastycznych • różnorodnych dziedzin sztuki i jej historii • ciekawych, a jednocześnie pożytecznych form spędzania wolnego czasu • podstawową wiedzę na temat kompozycji w przestrzeni • materiały, techniki oraz narzędzia do tworzenia rzeźby • identyfikuje najważniejsze style, nurty i kierunki w architekturze współczesnej 	<p>Obserwacja</p> <p>Obserwacja dokonań</p> <p>rozmowy oceniające w trakcie zajęć</p> <p>samodzielne formułowanie i wyjaśnianie pojęć przez uczestników (burza mózgów)</p>
Umiejętności	<p>Podczas zajęć uczestnicy nabędą umiejętności z zakresu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nowe techniki plastyczne, łączenie je ze sobą • rozwinięcie manualnych zdolności • poszukiwanie swobody działania, odwagi artystycznej • wyrażania siebie poprzez sztukę • nauka posługiwania się poznanymi technikami i przyborami rysunkowymi, malarskimi i rzeźbiarskimi, w stopniu uzależnionym od wrodzonych predyspozycji • swobodne wypowiedzanie się na temat sztuki • rozwijanie wyobraźni przestrzennej • rozwijanie wrażliwości na piękno • rozwijanie potrzeby obserwacji, koncentracji uwagi, dociekliwości • odpowiedzialność za efekt końcowy • wyzwalamie różnorodnych obszarów aktywności 	<p>rozmowa podsumowująca</p> <p>zadanie praktyczne,</p> <p>wskazanie trudności i wspólną dyskusję nad ich rozwiązaniem.</p>

Kompetencje społeczne	organizacja własnego warsztatu pracy umiejętność pracy w zespole, przyjmowanie postaw sprzyjających wspólnym rozwiązywaniu artystycznych przedsięwzięć umiejętność dyskusji, przekonywania oraz dzielenia się posiadaną wiedzą i umiejętnościami, interpersonalne (m.in. umiejętność kontaktowania się z ludźmi, bycia komunikatywnym, współpracy w grupie, a także rozwiązywania konfliktów) wyrabianie szacunku dla pracy własnej i innych kształtowanie postawy tolerancji i otwartości na zjawiska artystyczne podniesienie własnej samooceny i wartości	obserwacja aktywność na zajęciach, zadania zrealizowane grupowo.
------------------------------	--	--